



# CLUB ALPINO ITALIANO

SEZIONE DI FOLIGNO



Seniores

## Montemartano-Monte Cucco-Torre di Clarignano-Morcicchia-Montemartano 26 aprile 2023



### Caratteristiche del percorso

<i>Descrizione</i>	L'escursione parte dal paese di Montemartano seguendo sentieri e sterrate che portano al Castello di Morcicchia. Il castello sorge sui fianchi dei Monti Martani a 565 m.s.l.m. e da lì si gode una meravigliosa panoramica su tutta la vallata Spoletina fino al Monte Subasio. Dell'antico castello, diviso in due contrade, San Silvestro e Castello, rimangono solo alcune torri superstiti, qualche abitazione, i resti della porta Vecchia ad Est e della Porta di Ressando ad Ovest, e larga parte della cinta muraria. All'interno delle mura castellane sorge la <b>Chiesa di San Silvestro</b> , completamente rinnovata pochi anni or sono. Dopo la visita il cammino prosegue in direzione del Monte Cucco. Una volta raggiunta la vetta si inizia la lunga discesa che riporta al punto di partenza.
<i>Difficoltà:</i>	E. Necessaria un'adeguata preparazione fisica anche se l'itinerario, così come previsto, non presenta particolari difficoltà.
<i>Lunghezza/durata:</i>	12 km / 4 ore circa più le soste.
<i>Dislivello salita/discesa:</i>	450 / 450 m circa.
<i>Altitudine massima/minima:</i>	796 / 381 m.

### Aspetti organizzativi

<i>Appuntamento:</i>	Ore 7:50 al parcheggio antistante il <b>Decathlon</b> .
<i>Partenza:</i>	Ore 8:00 con destinazione Montemartano (24 km – 27 minuti circa) con mezzi propri. Chi non utilizza l'auto propria potrà essere chiamato a contribuire al rimborso carburante.
<i>Rientro stimato a Foligno:</i>	Primo pomeriggio.
<i>Equipaggiamento:</i>	Abbigliamento da montagna adeguato al periodo, scarponi ben rodati ( <b>non sono ammesse scarpe da ginnastica o basse</b> ), indumenti di ricambio. Consigliati i bastoncini. Ciascun partecipante dovrà provvedere al proprio <b>pranzo al sacco</b> , se necessario, ed alle proprie necessità.

**OBBLIGATORIA LA PRENOTAZIONE ENTRO MARTEDI' 25.04.2023 ore 12:00**

(tramite messaggio WhatsApp sul Gruppo "I Mercoledì dei Senior" oppure ai referenti)

Possono partecipare esclusivamente soci in regola con il bollino 2023 ed anche i non soci preventivamente assicurati (costo 7,50 €)

La partecipazione all'escursione sottintende il rispetto del regolamento CAI per le escursioni e le note operative emanate dalla CCE-CAI

<i>Referenti:</i>	Gualtiero Gallina – 328.8767397; Alessandro Bocci – 335.7710257; Rosa Bianconi – 349.7880555.
<i>Note:</i>	Rifornirsi d'acqua prima della partenza. Il percorso potrà subire variazioni in funzione delle condizioni meteo e psicofisiche del Gruppo ad insindacabile giudizio dei referenti.